

STAGES D'INITIATION SPORTIVE STAJOÙ DESKIÑ DIOUZH AR SPORTOÙ

ATOUT SPORT | VACANCES DE TOUSSAINT | DU 22 OCTOBRE AU 6 NOVEMBRE 2022

ATOUT SPORT | VAKAÑSOÙ HOLLSENT | EUS AR 22 A VIZ HERE D'AN 6 A VIZ DU 2022

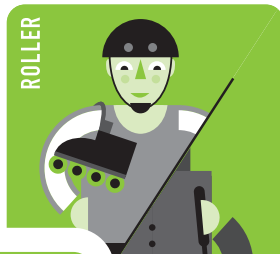
ATOUT SPORT

À VOUS DE JOUER !

CIRQUE



ROLLER



JUDO



THÉÂTRE

TIR À L'ARC



ESCALADE

CANOE-KAYAK



PÊCHE



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

ATOUT SPORT

Proposée par Quimper Bretagne Occidentale, Atout Sport est une formule de découverte d'activités sportives, culturelles ou scientifiques que l'on peut pratiquer sur l'agglomération durant les vacances d'hiver, de printemps, d'été et de la Toussaint.

Elle s'adresse aux enfants à partir de 1 an, aux adolescents et, pour certains créneaux, aux adultes.

Elle permet une initiation à la carte à plus de 30 activités et ce, à des tarifs très attractifs. Des formules stages et séances famille sont également proposées. Ainsi, il est possible de pratiquer des sports en salle et en extérieur, des sports collectifs : badminton, rugby, etc., des activités nautiques et aquatiques, des activités liées au patrimoine, aux arts plastiques, au théâtre...

Atout Sport, kinniget gant Kemper Breizh-Izel, zo ur formulenn evit ober anaoudegezh gant obererezhioù sport, sevenadurel pe skiantel a c'haller pleustriñ en tolpad e-pad ar vakañsoù er goañv, en nevez-amzer, en hañv pe d'an Hollsent.

Kinniget e vezont d'ar vugale adalek 1 bloaz, d'ar grennarded, hag evit eurvezhioù zo, d'an dud deuet.

Reiñ a ra tro da zeskiñ diouzh ouzhpenn 30 obererezh ha kement-se, e prizioù izel-kenañ. Formulennoù staj hag abadennoù evit ar familhoù a vez kinniget ivez. Evel-se e c'haller pleustriñ sportoù en diabarzh hag en diavaez, sportoù a-stroll : badminton, rugbi, ha kement zo, obererezhioù bageal hag en dour, obererezhioù liammet ouzh ar glad, an arzoù neuiziañ, ar c'hoariva...

Avant tout achat de coupons, il vous est demandé de consulter les propositions réelles sur le moteur de recherche internet <http://atoutsport.qbo.bzh>



**Direction des sports
Quimper Bretagne Occidentale
02 98 98 89 28**

**VALEUR du COUPON unitaire :
1,60 €**

**Les coupons ne sont ni échangeables
ni remboursables**

Sommaire - Taolenn

**4 – 9 Sports en salle et sports collectifs
Sportoù diabarzh ha sportoù a-stroll**

**10 – 14 Activités de pleine nature
Oberezhioù e-kreiz an natur**

**15 – 16 Activités nautiques et aquatiques
Obererezhioù bageal hag en dours**

**17 – 23 Activités artistiques, scientifiques et diverses
Obererezhioù arzel, skiantel hag a bep seurt**

TABLEAU RÉCAPITULATIF DES ACTIVITÉS TAOLENN A RENABL AN OBEREREZHIOÙ

Pour détails (horaire, formule stage ou non, âge et tarifs) se reporter au programme

OCTOBRE											NOVEMBRE					
SAM. 22	DIM. 23	LUN. 24	MAR. 25	MER. 26	JEU. 27	VEN. 28	SAM. 29	DIM. 30	LUN. 31	MAR. 1 ^{ER}	MER. 2	JEU. 3	VEN. 4	SAM. 5	DIM. 6	

SPORTS EN SALLE ET SPORTS COLLECTIFS (pages 4 à 9)

BADMINTON				x	x		x					x		x		
BASKET				x		x						x	x			
ÉCHECS			x	x	x	x	x									
ESCALADE			x	x	x	x	x					x	x	x		
ESCRIME					x	x	x									
FOOT À 5											x	x	x			
FUTSAL			x	x		x	x				x		x	x		
GYMNASTIQUE			x							x		x	x	x		
GYMNASTIQUE ADO -ADULTE			x													
HOCKEY EN SALLE			x													
JUDO			x	x	x		x					x		x		
MULTISPORTS (JEUX SPORTIFS)				x												
ROLLER			x	x	x	x	x					x	x	x		
SKATE BOARD				x												
TENNIS										x		x	x	x		
TENNIS DE TABLE							x			x		x	x	x		
TROTINETTE						x										

ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE (pages 10 à 14)

ATHLÉTISME				x	x	x		x				x	x		x	
ÉQUITATION			x	x	x	x	x			x		x	x	x	x	
PARCOURS ORIENTATION					x											
PÊCHE	x		x	x												
RUGBY					x							x				
TIR À L'ARC						x	x						x	x		
VÉLO			x	x		x	x					x	x	x		

ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES (pages 15-16)

NATATION			x	x	x	x	x			x		x	x	x		
PLONGÉE				x	x	x						x	x			
VOILE			x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		

ACTIVITÉS ARTISTIQUES SCIENTIFIQUES ET DIVERSES (pages 17 à 23)

ARTS PLASTIQUES												x	x	x		
ARTISTES EN HERBE				x	x	x						x	x		x	
L'HEURE DES TOUT-PETITS			x	x	x		x			x		x				
COUTURE			x			x							x			
MUSIQUE			x	x	x	x	x									
PETITS DÉBROUILLARDS			x	x	x	x	x					x	x	x		
THÉÂTRE			x	x	x							x	x	x		

Sports en salle et sports collectifs

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
BADMINTON					
INITIATION	mar. 25 oct. 15h30 > 17h mer. 26 et ven. 28 oct., mer. 2 et ven. 4 nov. 14h > 15h30	8 > 60	2 C la séance	Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	UJAP Badminton Quimper Réservation par mail uniquement ujapbad@gmail.com 06 77 04 78 21 Raquettes et volant fournis
INITIATION Venez pratiquer le badminton en famille ou entre amis	mar. 25 oct. 17h > 18h30	7 et + famille ou entre amis		Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	Gym pour Tous Réservation obligatoire 06 67 75 86 01 Prêt de raquette possible
BASKET Découverte et initiation au basket par une approche ludique à base d'ateliers, de jeux et de concours	mar. 25 et jeu. 27 oct. mer. 2 et jeu. 3 nov. 10h30 > 12h	8 > 12	3 C la séance	Salle Louis et Jean Le Boedec 32, rue Jules-Noël Quimper	UJAP Basket Réservation conseillée : ujapbasket@gmail.com 06 18 76 66 64


* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)



Retrouvez le programme actualisé sur <http://atoutsport.qbo.bzh>

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ÉCHECS					
SÉANCE DÉCOUVERTE	lun. 24 oct. 10h30 > 12h	6 et + et familles	2 C - de 18 3 C + de 18 la séance	Maison de quartier du Corniguel 1 rue du Moustoir Quimper	Échiquier quimpérois Réservation obligatoire contact@echiquierquimerois.fr ou tél. 07 85 24 24 76
STAGE	du lun. 24 au ven. 28 oct. 10h30 > 12h		10 C - de 18 15 C + de 18 le stage de 5 séances		Renseignements : courriel ou téléphone A l'issue de la séance découverte, possibilité de poursuivre en formule stage – La dernière séance du stage sera consacrée à un tournoi d'échecs entre participants et par niveau permettant ainsi la mise en pratique des acquis et le plaisir de jouer

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ESCALADE	Découverte, initiation, perfectionnement à la pratique de l'escalade en blocs et en voies. Du lun. 24 oct. au ven. 4 nov. (sauf 31/10 et 01/11)				
À la séance	lun. 24 oct. ven. 28 oct. et 4 nov. 13h30 > 15h	6 > 9	4 C - de 18 5 C + de 18 la séance	Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	GDO Quimper Escalade Inscriptions uniquement par internet : http://lesgdo.org rubrique Atout Sport Tenue de sport souhaitée, chaussures de sport propres – Pour les séances familles 2 enfants maxi par adulte
	mar. 25 oct. jeu. 27 oct. et 3 nov. 13h30 > 15h	8 > 12			
	mer. 26 oct. et 2 nov. 13h30 > 15h	10 et +			
	lun. 24, mar. 25, jeu. 27 et ven. 28 oct. jeu. 3 et ven. 4 nov. 19h > 20h30	Famille, (à partir de 4 ans) et adultes			
	mer. 26 oct. 19h > 20h	Session sport santé (+ 6 ans)			
	mer. 2 nov. 19h > 20h	pers. en situation de handicap, à partir de 6 ans			
	du lun. 25 au ven. 28 oct. 10h30 > 12h 17h > 18h30	6 > 10 10 et +	20 C - de 18 25 C + de 18 le stage de 5 séances		
	du mer. 2 au ven. 4 nov. 10h30 > 12h 17h > 18h30	6 > 10 10 et +	12 C - de 18 15 C + de 18 le stage de 3 séances		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ESCRIME Découverte des différentes armes : épée, sabre et fleuret	mer. 26, jeu. 27 et ven. 28 oct. 10h30 > 11h30	6 > 14	2 C la séance	Salle d'escrime Avenue des Oiseaux piscine de Kerlan Vian Quimper	Escrime Quimper Cornouaille Réservation obligatoire par SMS 07 87 08 19 04 Venir avec chaussures de sport propres
FOOT À 5 EN SALLE					
Venez découvrir ou vous perfectionnez à la pratique du football à 5 en salle dans un espace spécifique de notre partenaire Kemp'5	mar. 1^{er} nov. 14h > 15h30	4 > 7	3 C la séance	Kemp'5 5 avenue Saint-Denis Quimper	Paotred Dispount Ergué-Gabéric Réservation obligatoire par téléphone ou par mail 07 61 74 74 25 atoutsport.pdeg@gmail. com
	mer. 2 nov. 14h > 15h30	7 > 12			
	mer. 2 et jeu. 3 nov. 14h > 15h30	13 > 16			
FUTSAL					
SÉANCE DÉCOUVERTE, INITIATION ET PERFECTIONNEMENT	mar. 1^{er} nov. 10h30 > 12 h	7 > 12	3 C la séance	Salle Eric Tabarly Ergué-Gabéric	Paotred Dispount Ergué-Gabéric Réservation obligatoire par téléphone ou par mail 07 61 74 74 25 atoutsport.pdeg@gmail. com
	jeu.3 nov. 10h30 > 12h			Salle Fañch Rolland Briec	
SÉANCE D'INITIATION	lun. 24 et mar. 25 oct. 16h > 17h30	4 > 7		Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	Quimper Kerfeunteun Football Club Inscription obligatoire uniquement sur https://www.qkfc.fr Renseignements 06 35 39 39 24
	mar. 25, jeu. 27 et ven. 28 oct. jeu. 3 et ven. 4 nov. 10h > 11h30	7 > 12			

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
GYMNASTIQUE					
GYMNASTIQUE ENFANTS Initiation à la gymnastique (au sol, poutre et trampoline)	lun. 24 oct. 15h > 16h	7 > 12	2 C la séance	Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	Gym pour Tous Inscription obligatoire 06 67 75 86 01
ÉVEIL EN GYMNASTIQUE Découverte de la gymnastique (au sol, trampoline et poutre)	lun. 24 oct. 16h > 17h	3 > 6			
GYM EN FAMILLE Ensemble, enfants et parents ou grands parents, nous enchaînons des mouvements de gymnastique, nous participons au circuit training, nous nous musclons en nous amusant.	lun. 24 oct. 17h30 > 18h30	famille (à partir de 3 ans)			
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN POUR ADO ET ADULTES Du cardio, des abdominaux, des fessiers et des étirements pour être bien dans son corps ! L'occasion aussi de venir partager une activité sportive avec son enfant de plus de 12 ans	lun. 24 oct. 18h30 > 19h30	adultes et ado +12 ans			
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	lun. 31 oct mer. 2, jeu. 3 et ven. 4 nov. 10h > 11h30	4 > 18	2 C la séance	Gymnase municipal 47 rue de Pen ar Stang Quimper	La Quimpéroise Réservation obligatoire 02 98 90 10 77 Aucun apport de matériels et aucune tenue spécifique exigée – Ateliers par âges

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
HOCKEY					
DÉCOUVERTE ET INITIATION AU TRAVERS DE JEUX ET EXERCICES LUDIQUES Sport olympique, le hockey en salle est un sport d'équipe, d'adresse, qui se pratique en chaussures de sport avec une crosse et une balle	lun. 24 oct. 10h > 11h30	6 > 9	2 C la séance	Complexe sportif Guengat	Hockey Club Pays Glazik Réservation obligatoire par sms 06 32 53 59 87 (préciser nom, prénom et âge de l'enfant + numéro de tél.) — La séance sera annulée s'il y a moins de 5 inscrits
JUDO					
SÉANCES DE DÉCOUVERTE ET INITIATION	lun. 24, mar. 25 et mer. 26 oct. 9h30 > 12h 14h > 16h30	5 > 8 9 > 13	2 C la séance	Dojo Sanshiro 10 rue de Keradennec Quimper	Dojo Sanshiro Réservation obligatoire 06 70 38 32 77 — Prêt de judogi possible
SÉANCES DE DÉCOUVERTE ET INITIATION	mer. 26 et ven. 28 oct. mer. 2 et ven. 4 nov. 10h30 > 12h	4 > 10		Halle des sports d'Ergué-Armel Avenue Yves Thépot Quimper	Dojo de Cornouaille Réservation obligatoire 06 60 47 51 80 — Tenue de sport ou kimono
MULTISPORTS / JEUX SPORTIFS					
Jeux sportifs et initiation au basket, hand-ball, thèque, tchoukball, badminton, volley	mar. 25 oct. 14h > 15h30	7 > 12	2 C la séance	Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	Gym pour Tous Inscription obligatoire 06 67 75 86 01 — Penser à apporter sa gourde
Découverte des sports collectifs de ballons et de raquettes	mar. 25 oct. 15h30 > 16h30	3 > 6			
Jeux sportifs : thèque, drapeau volé, morpion géant, balle au prisonnier américain, et bien d'autres jeux surprise.	mar. 25 oct. 10h > 11h30	8 > 11	2 C la séance	Complexe sportif Guengat	Hockey Club Pays Glazik Réservation obligatoire par sms 06 32 53 59 87 (préciser nom, prénom et âge de l'enfant + numéro de tél.) — La séance sera annulée s'il y a moins de 8 inscrits

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ROLLER					
DÉCOUVERTE DU ROLLER Du patinage artistique et du rink-hockey	du 24 oct. au 4 nov. (sauf lun. 31 oct. et mar. 1^{er} nov.) du lun. au ven. 10h30 > 12h	4 > 12	3 C la séance	Salle Paul-Émile Victor Croas Spenn Ergué-Gabéric	Amicale Laïque d'Ergué-Gabéric Réservation obligatoire 06 62 34 86 22 18h à 20 h (de préférence par sms) — Tenue de sport souhaitée – Possibilité de prêts de matériel
DÉCOUVERTE ET APPRENTISSAGE des bases du roller dans un skatepark (pour débutants)	mer. 26 oct. 15h30 > 16h30	8 > 18	2 C la séance	Skate Park de Prat ar Rouz Quimper	Sammy Skate Club Réservation obligatoire par mail sammyskatedub@hotmail.com avec nom, prénom, âge, pointure , et numéro de téléphone — Prêt de matériel possible (rollers en ligne) – Si vous préférez des rollers quad, apportez les vôtres
SKATE BOARD Découverte et apprentissage des bases du skateboard dans un skatepark (pour débutants)	mar. 25 oct. 15h30 > 16h30	8 > 18	2 C la séance	Skate Park de Prat ar Rouz Quimper	Sammy Skate Club Réservation obligatoire par mail sammyskatedub@hotmail.com avec nom, prénom, âge, et numéro de téléphone — Prêt de matériel possible
STAGE					
TENNIS	du lun. 31 oct. au ven. 4 nov. (sauf mar. 1^{er} nov.) 9h30 > 11h 11h > 12h30	6 > 10 11 > 17	12 C le stage de 4 séances	Cours de tennis de Creac'h Gwen Quimper	Tennis Club Quimper Réservation obligatoire par tél. ou par mail (contact@tcquimper.fr) 02 98 90 42 66 — Venir en tenue de sport – Prêt de raquettes possible
TENNIS DE TABLE Séance découverte, initiation, perfectionnement, en loisir	ven. 28 oct., lun. 31 oct., mer. 2, jeu. 3 et ven. 4 nov. 10h > 12h	7 > 17	2 C la séance d'1 h 3 C les 2h	Halle des sports d'Ergué-Armel Avenue Yves Thépot Quimper	Quimper Cornouaille Tennis de Table 02 98 52 98 66 (répondeur) — Balles, raquettes fournies
TROTINETTE Découverte et apprentissage des bases de la trottinette dans un skatepark (pour débutants).	jeu. 27 oct. 15h30 > 16h30	8 > 18	2 C la séance	Skate Park de Prat ar Rouz Quimper	Sammy Skate Club Réservation obligatoire par mail sammyskatedub@hotmail.com avec nom, prénom, âge, et numéro de téléphone — Prêt de matériel possible

Activités de pleine nature

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ATHLÉTISME					
COURSES de sprint et de fond, marche athlétique LANCERS (poids, vortex, marteau, disque) SAUTS (longueur, hauteur) et relais	mar. 25 et jeu. 27 oct. jeu. 3 nov. 14h30 > 16h30 mer. 26 oct. et 2 nov. 15h > 17h sam. 29 oct. et 5 nov. 13h30 > 15h30	6 > 9 10 > 12	3 C la séance	Stade de Penvillers 12 rue Léon Jouhaux entrée sud stade de Penvillers 1 ^{er} étage tribunes Quimper	Quimper Athlétisme Inscription obligatoire sur le lien suivant : https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScDXiu4LEmLgRUxaQixFG90qO3MPy5bC5dh4JpAqKha9vcASQ/viewform?usp=pp_ur Prévoir de l'eau, des chaussures de sport, une tenue adaptée à la météo et des vêtements de rechange

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ÉQUITATION					
BABY PONEYS Découverte ludique de l'équitation, jeux et/ou balade (1/2 h de préparation du poney et 1/2 h de cours à poney)	lun. 24, mer. 26, ven 28, lun. 31 oct. mer. 2 et ven. 4 nov. 10h30 > 11h30 ou 16h30 > 17h30 mar. 25 oct. 16h30 > 17h30	3 > 6	5 C la séance	Poney Club de Kerzon Prat Duigou Landudal	Poney Club de Kerzon Séances sur réservation (tél. ou mail) 07 85 99 35 22 aek.accueil@gmail.com — Séances sur réservation (tél ou mail) - Prévoir une tenue adaptée (pantalon, bottes) – Pour le BABY PONEY, l'accompagnateur doit rester avec l'enfant pendant la séance, en particulier pour tenir le poney) APRÈS MIDI PONEY : possibilité de réserver plusieurs séances STAGE : passage du galop possible selon niveau du cavalier Club house également à votre disposition
APRÈS-MIDI PONEY (NIV. DÉBUTANT) Préparation des poneys + temps de monte et théorie	lun. 31 oct., mer. 2 et ven. 4 nov. 14h > 16h30	7 > 11	11 C la séance		
STAGE STAGE ENFANTS (NIV. INTERMÉDIAIRE GALOP 1 ET 2) Chaque stage comprend : préparation des poneys + temps de monte & théorie.	du lun. 24 au ven. 28 oct. (sauf jeu.) 14h > 16h30	7 > 12	44 C le stage de 4 séances		
STAGE STAGE ENFANTS 5-7 ANS (préparation, pratique et soins)	du lun. 24 au ven. 28 oct. du lun. 31 oct. au ven. 4 nov. 14h > 15h30	5 > 7	30 C le stage de 5 séances	Centre équestre UCPA de Quimper Route de Toulven Ferme de Kerhuella (direction Bénodet) Quimper	Centre équestre UCPA de Quimper Téléphoner pour réserver 02 98 54 84 02 — Prévoir bottes et pantalon souple (jogging) – Le règlement s'effectue à la réservation Club house à disposition
STAGE STAGE ENFANTS 8-12 ANS (préparation, pratique et soins)	du lun. 24 au ven. 28 oct. du lun. 31 oct. au ven. 4 nov. 13h30 > 15h30	8 > 12	40 C le stage de 5 séances		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
PARCOURS D'ORIENTATION CHASSE À LA CITROUILLE À la découverte du Bois du Névêr, par groupe ou en famille, vous randonnerez pendant 2 h à l'aide d'une boussole	mer. 26 oct. 14h > 16h	en famille ou + 8	3 C la séance par pers.	Bois du Névêr Plagonnec	Gym pour Tous Inscription obligatoire 06 67 75 86 01 <hr/> Prévoir un crayon, une gourde et une tenue adaptée pour la marche et à la météo – Gratuit pour les enfants de - 6 ans accompagnés
PÊCHE SPORTIVE	Présentation des différentes techniques. Montage de la canne de lancer, du moulinet. Noeud de cuiller. Initiation aux techniques de lancer sur cibles. Déplacement sur les plans d'eau ou rivières environnantes. Stratégies, prise de petits poissons... Découverte des milieux aquatiques				
DÉCOUVERTE INITIATION PERFECTIONNEMENT	sam. 22 oct. 10h > 12h	8 et +	3 C la séance	Rendez-vous Centre nautique 129 bd de Creac'h Gwen Quimper	Association pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique Inscription obligatoire Bruno Joncour 06 81 66 88 24 <hr/> Séance ouverte aux adultes – Matériel fourni – Prévoir bottes et vêtements imperméables, et selon météo (crème solaire, lunettes de soleil, casquette) – Permis de pêche obligatoire pour les plus de 12 ans (possibilité de le prendre sur place) – Pour les autres le permis est offert – Permis valable à l'année – Ne pas oublier son pique nique pour la journée à la pêche
UNE JOURNÉE À LA PÊCHE initiation ou perfectionnement aux différentes techniques de pêche	lun. 24 oct. mar. 25 oct. 10h > 16h	10 et +	9 C la journée		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
RUGBY Découverte de l'activité par des ateliers ludiques en respectant les règles !	mer. 26 oct. et 2 nov. 9 h 30 > 11 h 30	8 > 14	2 C la séance	Pôle sportif de Creac'h Gwen Quimper	Rugby Club de Quimper Réservation obligatoire 02 98 53 67 31 Prévoir une tenue de sport
TIR À L'ARC					
SÉANCE INITIATION TIR À L'ARC ARC SANS VISEUR	jeu. 27 et ven. 28 oct. jeu. 3 et ven. 4 nov. 10 h 30 > 12 h ou 14 h > 15 h 30	+ de 11 et adultes	4 C la séance	Hall de sport du lycée de Kerustum entrée par 56 av. de Remscheid Quimper	Association Les archers de l'Odet Réserver les lundis au 06 50 81 89 50 en laissant un message ou un SMS précisant nom, âge, date et heure souhaitées et numéro de téléphone Agréable à pratiquer en famille – Prévoir des chaussures de sport, vêtements près du corps, cheveux attachés, une ceinture (pour accrocher un carquois) et de l'eau
STAGE					
VÉLO INITIATION Séance d'initiation au vélo et développement des compétences du "savoir rouler"	du lun. 24 au ven. 28 oct. (sauf mer. 26) 10 h > 11 h 30 du mer. 2 au ven. 4 nov. 10 h > 11 h 30	5 > 9	8 C le stage en octobre 6 C le stage en novembre	Piste de bicross Parc de loisirs de Creac'h Gwen Quimper	Ville de Quimper Direction du sport 02 98 98 89 28 Réservation obligatoire 06 07 28 89 86 : stage octobre vincent.lebeau@quimper.bzh : stage novembre Venir avec son vélo, prévoir casque et gants – Possibilité de s'inscrire sur plusieurs séances – Deux groupes pourront être constitués en fonction de l'âge et du niveau de pratique – Prêt de matériel possible sur demande lors de la réservation

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)



Activités nautiques et aquatiques

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
NATATION					
LEÇONS DE NATATION STAGE	du lun. 24 au ven. 28 oct. 9h > 9h40 (niv. découverte et initiation) du lun. 31 oct. au ven. 4 nov. (sauf 1^{er} nov.) 9h > 9h50 (niv. découverte et initiation)	6 > 12	37€ le stage	Piscine de Kerlan Vian Quimper	Piscines communautaires 02 98 52 00 15 Port du bonnet de bain obligatoire – Inscription le mercredi 19 octobre 2022 à la piscine de Kerlan Vian entre 10h et 12h – Pré-requis : avoir 6 ans et savoir mettre la tête sous l'eau.
PLONGÉE SOUS-MARINE					
INITIATION AVEC BOUTEILLE	mar. 25 et jeu. 27 oct. jeu. 3 nov. 14h > 16h (séances sous réserve mardis et jeudis) mer. 26 oct. et 2 nov. 20h > 21h	8 > 15	6 C la séance d'1h (mer.) 12 C la séance de 2h (mar. et jeu.)	Piscine de Kerlan Vian 47 av. des Oiseaux Quimper	GASM 06 84 75 80 75 Inscription obligatoire Matériel fourni : bouteille, détendeur, gilet de stabilisation – Matériel à prévoir si possible : masque, tuba et palmes – Obligation de savoir nager – Autorisation parentale et certificat médical de non contre-indication à la plongée sous-marine obligatoires

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
VOILE					
JARDIN DES MERS STAGE	du 24 oct. au 4 nov. du lun. au ven. 10h > 12h ou 14h > 16h en alternance	4 > 5	27 C les 3 séances du lun. au mer. 45 C le stage du lun. au ven.	Rendez-vous au Centre nautique 129 bd de Creac'h Gwen Quimper	Centre nautique Fouesnant-Cornouaille Renseignements et réservation obligatoire 02 98 90 04 70 voile.quimper@orange.fr Lun. au sam. : 8h30-12h30 et 13h30-18h
MOUSSAILLONS STAGE	du 24 oct. au 4 nov. du lun. au ven. 10h > 12h ou 14h > 16h en alternance	6 > 7			Fournir un test de natation ou test d'aisance dans l'eau pour les enfants ne sachant pas nager – Prévoir une tenue adaptée à la météo et une tenue de rechange complète – Bottes ou chaussures – Casquette / crème solaire – Lunettes de soleil – Possibilité de location de combinaison
OPTIMIST STAGE	du lun. 24 au ven. 28 oct. 10h > 12h du lun. 31 oct. au ven. 4 nov. 14h > 16h (lun., mar. et mer.) 10h > 12h (jeu. et ven.)	8 > 12			JARDIN DES MERS et CLUB MOUSSAILLONS : l'horaire des stages pourrait être modifié (confirmation lors de l'inscription)
CATAMARAN STAGE	du lun. 31 oct. au ven. 4 nov. 9h > 11h30 (lun, mar. et mer.) 13h30 > 16h (jeu et ven.)	10 et + adultes	30 C les 3 séances (du lun. au mer.) 50 C les 5 séances (du lun. au ven.)		
PLANCHE À VOILE STAGE	du lun. 24 au ven. 28 oct. 14h > 16h				

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

Activités artistiques, scientifiques et diverses

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
-----------	-----------------	------	--------------------------------	------------------	-----------------------------

ARTS PLASTIQUES

LA NATURE EN ARTS PLASTIQUES Un moment dédié à la création ... les enfants manipuleront différents supports, outils et matières afin d'apprendre en s'amusant. Le thème de la nature sera très présent pour nous inspirer.	du mer. 2 au ven. 4 nov. 11h > 12h	3 > 6	6 C le stage	Foyer communal 2 rue des écoles Plogonnec	ULAMIR Réservation obligatoire : 02 98 91 14 21 ou carla@ulamir-ebg.org
	du mer. 2 au ven. 4 nov. 14h > 16h	7 > 12	12 C le stage		

ARTISTES EN HERBE VISITE - ATELIER / VISITE - ENQUÊTE

FEUILLE À FEUILLE ! À partir de feuilles récoltées, amusions-nous avec un jeu d'empreintes et de collages. Partons jouer avec les limites de l'abstrait et du figuratif et inspirons-nous des œuvres de Jacques Villeglé et de Norbert Nüssle observées dans le musée avant de nous lancer dans l'aventure de la pratique artistique	mer. 26 oct. mer. 2 et sam. 5 nov. 10h > 11h30	10 > 15	2 C ou 3,20 €	Musée des beaux-arts 40 place St-Corentin Quimper	Ville de Quimper Musée des beaux-arts Réservation en ligne obligatoire www.mbaq.fr 02 98 95 45 20 Nombre de places limité – Apporter un tablier – Atelier conçu par Sylvie Anat, plasticienne et mené par un guide-conférencier
--	--	-------------------	-------------------------	--	--

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ARTISTES EN HERBE VISITE - ATELIER / VISITE - ENQUÊTE					
C'EST QUOI TON BLASON ? Après un détour par le Moyen Âge à la découverte des blasons exposés au musée, à toi de créer le tien ! Quel animal ou végétal dessineras-tu pour te représenter, avec quelles couleurs symboliques ?	mar. 25 et mer. 26 oct. mer. 2 nov. 10h > 12h	7 > 11	2 C ou 3,20 €	Musée départemental breton Rue Gradlon Quimper	Musée départemental breton 02 98 95 21 60 Réservation en ligne obligatoire http://musee-breton.finistere.fr/fr/programmation — Nombre de places limité
MAIS QUI A TUÉ JO L'ARCHITECTE ? Jo, l'architecte du musée, a été assassiné au musée ! Plusieurs suspects semblent possibles : l'évêque, l'ange, la bigoudène et même la médiatrice du musée ? Dans quelle pièce du musée et avec quelle arme ? Vous avez une heure pour résoudre l'enquête !	jeu. 27 oct. et 3 nov. 11h > 12h	+ 10 ans	2 C (- 18) ou 3,20 € 7 C (+ 18)		Pour la visite-enquête, merci d'indiquer l'âge des enfants lors de la réservation
IL ETAIT UN ARBRE... Pour découvrir le rôle des arbres urbains et mieux les connaître, quoi de mieux qu'une balade en ville émaillée d'activités ? Au programme : histoires d'arbres, mini-atelier d'écriture, empreintes d'écorce, silhouettes d'arbres.	mar. 25 et jeu. 27 oct. jeu. 4 nov. 14h > 16h	6 > 12	2 C ou 3,20 €	Maison du patrimoine 5 rue Ar Barz Kadiou Quimper	Ville de Quimper Maison du patrimoine 02 98 95 52 48 Réservation en ligne obligatoire www.quimper.bzh/rubrique-decouvrirQuimper/patrimoine —

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
L'HEURE DES TOUT-PETITS VISITE GUIDÉE / BALADE CONTÉE					
LES OISEAUX ONT MIGRÉ AU MUSÉE ! Perroquet, mouette, perruche, cacatoès ... les enfants font du musée leur nid douillet le temps d'une visite dédiée aux oiseaux dans les tableaux. Les volatiles prennent la pose un instant pour laisser admirer autant leur plumage que leurs couleurs extraordinaires.	lun 24, ven. 28 et lun. 31 oct. 10 h 30 > 11 h 30	4 > 6	2 C ou 3,20 €	Musée des beaux-arts 40 place St-Corentin Quimper	Ville de Quimper Musée des beaux-arts Réservation en ligne obligatoire www.mbaq.fr 02 98 95 45 20 — Nombre de places limité — Un accompagnateur est bienvenu si souhaité (gratuit)
COULEURS ET PATOUILLE À la recherche des œuvres colorées dans les couloirs du musée, on découvre le lien entre les couleurs et les sentiments. Quelle émotion te procure cette couleur ? Apaisement, joie, colère, tristesse ? Et maintenant, relève tes manches : doigts, pinceaux, peinture à l'eau, pastel, crayons, on laisse nos sentiments parler !	mar. 25 oct. 11 h > 12 h	4 > 6	2 C ou 3,20 €	Musée départemental breton Rue Gradlon Quimper	Musée départemental breton 02 98 95 21 60 Réservation en ligne obligatoire http://musee-breton.finistere.fr/fr/programmation (merci de n'inscrire que l'enfant) — Pour la balade contée "Couleurs et patouille", pensez à prendre des habits qui ne craignent rien.
LES YEUX EN L'AIR ! Mewen, notre architecte, s'est perdue dans le musée ! Aide la médiatrice à la retrouver dans les méandres du palais des Évêques. Monter, descendre, lever les yeux, observer, chercher, interroger ? Un parcours tout en escaliers qui t'emmènera au sommet !	mer. 26 oct. et 2 nov. 11 h > 12 h	3 > 6			

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

Retrouvez le programme actualisé sur <http://atoutsport.qbo.bzh>

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
COUTURE CRÉER UN OBJET EN TISSU QUI VOUS PLAÎT !	lun. 24 et jeu. 27 oct. jeu. 3 nov. 14h30 > 16h30	7 > 17	8 C la séance de 2h	L'Atelier Au fil de la couture 14 rue de la Victoire Briec	Briec Atelier Couture Réservation obligatoire aufil.delacouture@orange.fr Sabine Robert 06 87 93 95 52



* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
MUSIQUE					
DÉCOUVERTE ET PRATIQUE INSTRUMENTALE Séance adaptée aux tout-petits. Les bébés pourront s'initier aux sons à travers des chansons, manipuler et écouter des instruments et ainsi aiguïser leurs sens	mer. 26 oct. 9h45 > 10h45	Parents / 3 C bébés 0 > 3	la séance	Espace Kerne Plomelin	Ulamir e Bro Glazik Inscription obligatoire 02 98 91 14 21 ou carla@ulamir-ebg.org Pour le stage 3 > 6 Les parents peuvent participer au cours ainsi que les frères et sœurs plus petits. Les bébés apprécient particulièrement la séance.
DÉCOUVERTE ET PRATIQUE INSTRUMENTALE Autour de chansons de façon ludique. Apprentissage en formation musicale collective	du lun. 24 au ven. 28 oct. 11h > 12h	3 > 6	16 C le stage de 5 séances		Stage Perfectionnement réservé aux enfants ayant fait plusieurs stages Atout Sport ou aux enfants qui pratiquent déjà un instrument Activité encadrée par Philippe Groulard, musicien professionnel. Matériel fourni (protocole sanitaire spécifique)
DÉCOUVERTE ET PRATIQUE INSTRUMENTALE Autour de chansons de façon ludique. Apprentissage en formation musicale collective. Répertoire rock et hip hop. Nombreux instruments de musique amplifiée à disposition (guitare électrique, batteries, synthétiseurs...)	du lun. 24 au ven. 28 oct. 13h30 > 15h30	7 > 14 (débutants)	32 C le stage de 5 séances		
PERFECTIONNEMENT Pratique instrumentale autour de chansons de façon ludique. Apprentissage en formation musicale collective. Répertoire rock et hip hop. Nombreux instruments de musique amplifiée à disposition (guitare électrique, batteries, synthétiseurs)	du lun. 24 au ven. 28 oct. 15h45 > 17h45	8 > 17			

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
PETITS DÉBROUILLARDS Association Les Petits débrouillards Sud Finistère 06 33 98 22 62 - quimper@lespetitsdebrouillardsgrandouest.org Inscription obligatoire sur https://www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org/pres-de-chez-moi/finistere/ (en cliquant sur le stage de votre choix ou 06 37 56 99 19 / 06 33 98 22 62 / quimper@lespetitsdebrouillardsgrandouest.org)					
CIRCUITS ÉLECTRIQUES Conducteur ou isolant ? Sens du courant ? Mini moteurs, LEDs et piles faites maison : viens découvrir la petite électricité tout en t'amusant	STAGE lun. 24 et mar. 25 oct. 14h > 16h30	6 > 9	17 C le stage de 2 séances	Maison de quartier du Corniguel 2 chemin Kerlagatu Quimper	Nombre de places limité (8 max pour moins de 6 ans / 12 max plus de 6 ans)!. Tout stage non annulé à 48h de l'événement est dû. En cas de nombre d'inscrits insuffisant, les stages sont annulés une semaine avant l'événement afin de permettre aux familles de s'organiser. FAQ en ligne disponible sur : https://www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org/faq-atout-sport-qbo/ (copiez-collez l'adresse dans la barre de votre navigateur)
MINI CHEFS Cuisine moléculaire, oui, mais du quotidien : faire lever une brioche, fabriquer un délicieux caramel au beurre salé, faire sauter du pop corn, jouer avec les saveurs et les textures, ça va déguster !	STAGE du mer. 26 au ven. 28 oct. 14h > 16h30	9 > 15	24 C le stage de 3 séances	Centre des Abeilles 4 rue Sergent Le Flao Quimper	
PIRATES ! Olah moussaillon, ne ! Flottabilité, bandeau pirate, carte au trésor, code secret, scorbut et vitamine C : découvrons ensemble l'univers des pirates par les sciences	STAGE du mer. 26 au ven. 28 oct. 14h > 16h30	6 > 9	22C le stage de 3 séances	Centre culturel L'Athéna Ergué-Gabéric	
INITIATION À LA ROBOTIQUE C'est quoi un robot ? Comment ça fonctionne ? Comment ça se programme ? Rejoins-nous pour expérimenter tout ça sur des Thymios	STAGE du mer. 2 au ven. 4 nov. 14h > 16h30			Halles Saint-François Quimper	



* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS* C = coupon 1,60€	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
STAGE					
STOP MOTION De la photo au film, il n'y a qu'un pas, il s'appelle stop motion. Nous créons des mini films à partir de photographies et explorons notre créativité.	jeu. 3 et ven. 4 nov. 14h > 16h30	9 et +	15 C le stage de 2 séances	SIVOM Pays Glazik Place de Ruthin Brieç	Nombre de places limité (8 max pour moins de 6 ans / 12 max plus de 6 ans)!. Tout stage non annulé à 48h de l'événement est dû. En cas de nombre d'inscrits insuffisant, les stages sont annulés une semaine avant l'événement afin de permettre aux familles de s'organiser. FAQ en ligne disponible sur : https://www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org/faq-atout-sport-qbo/ (copiez-collez l'adresse dans la barre de votre navigateur)

THÉÂTRE

STAGE					
DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITÉ THÉÂTRE Exercices ludiques autour de la voix, du corps, de la confiance en soi, de la cohésion de groupe, improvisation et travail à partir de petits textes	du lun. 24 au mer. 26 oct. 10h30 > 15h30	7 > 12	30 C le stage de 3 séances	Complexe Salvador Allende Pluguffan	Ulamir e Bro Glazik Inscription obligatoire 02 98 91 14 21 ou carla@ulamir-ebg.org — Activité assurée par Sophie Jézéquel encadrante professionnelle – Pensez à votre pique-nique pour la pause déjeuner
STAGE					
HARRY POTTER ET L'ÉPOUVANTEUR Nos jeunes sorciers vont devoir user de toute leur magie pour sauver Dumbledore, retenu en otage par l'Épouvanteur.	du mer. 2 au ven. 4 nov. 10h30 > 15h30	8 > 13	30 C le stage de 3 séances	Foyer communal Rue des Écoles Plogonnec	Plogonnec sur Scène Réservation obligatoire plogonnecsurscene@gmail.com 06 87 10 95 71 — Activité encadrée par un professionnel – Pensez à votre pique-nique pour la pause déjeuner

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

STAGES D'INITIATION SPORTIVE STAJOÙ DESKIÑ DIOUZH AR SPORTOÙ

ATOUT SPORT | VACANCES DE TOUSSAINT | DU 22 OCTOBRE AU 6 NOVEMBRE 2022

ATOUT SPORT | VAKAÑSOÙ HOLLSENT | EUS AR 22 A VIZ HERE D'AN 6 A VIZ DU 2022

INFORMATIONS

- Pour chaque activité, se référer au numéro de téléphone indiqué dans le planning
- Informations sur le dispositif
02 98 98 89 28 – Direction du sport
Hôtel de ville et d'agglomération de Quimper

POUR PRATIQUER L'ACTIVITÉ DE VOTRE CHOIX

- Acheter vos coupons Atout Sport dans l'un des points de vente signalés ci-dessous.
- Présentez vos coupons Atout Sport en guise de règlement et d'officialisation de l'inscription, au lieu de pratique de l'activité choisie.
- Les coupons Atout Sport ne sont pas liés à une activité précise, ils permettent de régler toutes les activités proposées (sauf natation). Ils ne sont pas remboursables, mais sans durée de validité, ils pourront être utilisés sur une prochaine période de vacances.
- Pour la plupart des activités, la réservation est obligatoire (voir modalités dans le programme).
- Pour participer aux activités Atout Sport, une autorisation parentale pour les moins de 18 ans ou une fiche d'inscription pour les adultes, doit être complétée et signée. Elle est à remettre à la structure d'accueil. Ces documents sont téléchargeables sur le site internet <http://atoutsport.qbo.bzh>

IMPORTANT

- S'informer du type d'activités proposées, des contre-indications médicales et juger si elles sont compatibles avec l'état de santé du participant.
- Fournir un brevet de 25 m ou un test anti-panique pour pratiquer les activités nautiques.
- S'assurer de la prise de relais de l'enfant avant et après la séance, la responsabilité et la prise en charge par l'encadrant s'arrêtant à la durée de la séance.
- En cas d'absence d'usagers ou de l'encadrant 15 minutes après l'heure annoncée du début de la séance, celle-ci sera considérée comme annulée.

TARIFS

- Les coupons Atout Sport sont vendus au prix unitaire de 1,60 €. Un super coupon d'une valeur de 10 coupons unitaires, soit 16 € (couleur jaune) peut également être acheté pour faciliter le paiement des stages.
- Ils permettent d'accéder aux activités du programme selon les tarifs indiqués.
- Les usagers disposant encore de coupons "mauves" achetés précédemment, pourront les utiliser jusqu'à épuisement de leur stock pour régler les activités auprès des structures partenaires, au même titre que le coupon "vert".

VENTE DES COUPONS ATOUT SPORT à partir du lundi 10 octobre 2022

- Modes de règlement acceptés : espèces, chèques et chèques vacances

► EN MAIRIES

BRIEC 02 98 57 93 11
ERGUÉ-GABÉRIC 02 98 66 68 00
GUENGAT 02 98 91 06 16
LOCRONAN 02 98 51 80 80
PLOGONNEC 02 98 91 72 06
PLOMELIN 02 98 94 25 57
PLONÉIS 02 98 91 08 07
PLUGUFFAN 02 98 94 01 11
QUIMPER 02 98 98 89 89

► EN MAIRIES ANNEXES DE QUIMPER

ERGUÉ-ARMELE 02 98 52 02 00
KERFEUNTEUN 02 98 95 21 61
PENHARS 02 98 53 48 37

► AUTRES POINTS DE VENTE SUR QUIMPER

PISCINE AQUARIVE CREAC'H GWEN
CEZAM SUD FINISTÈRE CENTRE DELTA,
 4 BD DE CREAC'H GWEN
OFFICE DU TOURISME 8 RUE ELIE FRÉRON



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

